

Oversigt holdtræning 1. halvår 2019

Mandage	09.00-10.00	GLA:D (slidgigt)	Bjarke
	09.00-10.00	Fysio Yoga	Majken
	10.30-11.30	Parkinson	David
	11.00-12.00	Golf træning	Katja
	13.00-14.00	Skulderhold	Andreas
	14.00-15.00	MTT træning	David
	16.30-17.30	Ryghold	Katja
Tirsdage	08.30-09.30	GLA:D (slidgigt)	Andreas
	10.00-11.00	MTT træning	Bjarke
	17.00-18.00	Golf træning	Andreas
	18.00-19.00	Golf træning	Andreas
Onsdage	09.00-10.00	GLA:D (slidgigt)	Bjarke
	11.00-12.00	Senior damehold	Katja
	15.30-16.30	GLA:D Ryg (slidgigt)	Katja
	18.00-19.00	Ryghold	Katja
Torsdage	08.30-09.30	Efter GLA:D (slidgigt)	Andreas
	10.00-11.00	Parkinson/MTT	Andreas
	14.00-15.00	MTT træning	Bjarke
	14.00-15.00	Ryghold	Katja
	16.30-17.30	Ryghold	Katja
Fredage	08.30-09.30	GLA:D (slidgigt)	Andreas
	10.00-11.00	Seniortræning	David
	10.00-11.00	Pilates	Katja
	11.00-12.00	Senior herrehold	Katja
	15.00-16.00	GLA:D Ryg (slidgigt)	Katja



Hørsholm
Fysioterapi
& rygcenter

**Hørsholm Midtpunkt 14,1
2970 Hørsholm
45 86 94 00
post@horsholmfys.dk**